

Bert van Dijk
Marie José Cremers

ACTIE = REACTIE

naar effectieve
interactie



Beïnvloeden met de Roos van Leary

THEMA.

1B De Roos van Leary

Toelichting

De acht verschillende 'taartpunten' in het model hebben elk een naam gekregen die ongeveer aangeeft wat voor soort gedrag het betreft.

Bijvoorbeeld: *aanvallend* gedrag kenmerkt zich meestal door een harde stem en een strenge gezichtsuitdrukking, *meewerkend* gedrag zal er hoogst waarschijnlijk uitzien als vriendelijk, met een glimlach in het gezicht. We zullen echter zien dat het vooral het effect van dat gedrag op de ander is waar het om gaat.

De naam die we eraan gegeven hebben is maar *een* naam, een samenvatting. We proberen iets ingewikkelds als gedrag in maar één woord te vangen, omdat we het op papier nu eenmaal niet kunnen laten zien. Natuurlijk proberen we met dat woord zo dicht mogelijk bij de werkelijkheid te komen, maar tegelijkertijd zal iedereen er andere beelden bij hebben.

Gedrag heeft effect door drie aspecten: de inhoud, de klank van de stem en de lichaamstaal.

In de kaarten 7 t/m 14 vind je meer uitgebreide samenvattingen van de aard van het gedrag.

5A Groen en rood gedrag

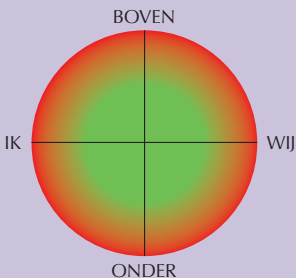
Zoals je hieronder ziet hebben we de Roos van Leary aan de binnenkant groen gemaakt en aan de buitenrand rood.

Hoe verder het gedrag verwijderd is van de middenstip, hoe 'roder' het wordt.

Groen gedrag leidt tot functionele communicatie en dus effectieve interactie.

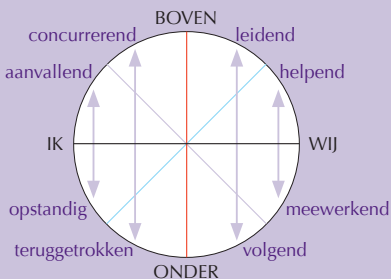
Rood gedrag leidt tot niet-functionele communicatie, acties die tot gevolg hebben dat de interactie ontspoord. Als die ontsporende interactie voortduurt en vast gaat zitten, spreken we over **knellende patronen**, zie kaart 5B, actie is reactie.

Of gedrag groen of rood is, hangt ook af van de context, de situatie waarin de interactie plaatsvindt. Als een politieagent op straat tegen je zegt: 'gaat u maar even mee', zal dat een heel ander effect hebben dan wanneer de dokter datzelfde tegen je zegt in de wachtkamer.



6A Actie is reactie

Tussen de vier 'windstreken' in de Roos van Leary bevinden zich acht 'gebieden'. Dat zijn combinaties van de gedragsaspecten boven-onder en ik-wij:



Bepaald gedrag roept een tegenovergestelde reactie op: bovengedrag roept ondergedrag op, aanvallend gedrag roept opstandigheid op, leidend gedrag roept volgend gedrag op, et cetera. Voor al dit gedrag geldt natuurlijk ook het omgekeerde. Het ene gedrag heeft het andere nodig, en dat is belangrijk voor een vruchtbare samenwerking.

De volgende kaarten zijn volgens dit principe geordend; je vindt hierop de beschrijvingen van de diverse gedragssoorten. Daarbij is 'algemeen geaccepteerd' gedrag in groen aangegeven, en staat steeds minder aanvaard gedrag, naarmate het escaleert, in steeds intenser rood.

16A Zorg

Voor een gezonde communicatie is het belangrijk dat je weet wat de ander echt *bezielt*. In dat kader is het belangrijk om altijd uit te gaan van *positieve intentie* bij de ander en bij jezelf. Dat gaat het best als je beseft dat er zorg steekt achter het soms – op het eerste gezicht – ‘onhandige’ gedrag:

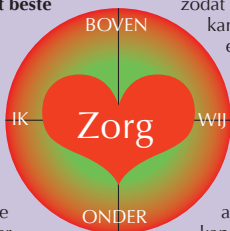
- Links (taak) is de zorg gericht op een goed verloop van de taak/zaak.
- Rechts (ander/relatie) is de zorg gericht op de ontwikkeling en groei van de ander (in zijn denken over een taak).

Ik weet (met hart en ziel) wat **het beste** is voor de zaak/taak.

Ik geef (met hart en ziel) alle **gevaren** aan zodat de taak/zaak perfect kan worden.

Ik schep **kaders** zodat de ander kan groeien en bloeien.

Ik geef alle **ruimte** zodat de ander kan groeien en bloeien.



Taak

Ander

19A Knellende patronen doorbreken (2)

3. kies een gedragsvariant 'naast' dat van de ander in de cirkel

Nu je je eigen positie hebt bepaald en daarmee dus ook die van de ander, en je hebt (kort) nagedacht over de zorg van de ander kom je in actie.

Je kiest gedrag horizontaal tegenover die van de ander. Dus als de ander in het knellende patroon steeds weer de aanval kiest, kies jij voor helpend gedrag. Als de ander zich steeds maar terugtrekt en je wilt dat zij zich juist uitspreekt, kies jij voor volgende gedrag.

Als je deze drie acties goed uitvoert, kun je het gedrag van de ander neutraliseren. Maar als het patroon al een tijdje bestaat, en dus al langer vastzit, dan is het belangrijk dat je je nieuwe gedrag duidelijk inzet en ook echt volhoudt tot je je doel bereikt. Houd altijd voor ogen dat je met evenveel respect voor jezelf als voor de ander handelt.

